



www.kakosi.si



RAZVOJNE ZNAČILNOSTI OTROK
IN POSTAVLJANJE MEJA



Društvo študentov psihologije Slovenije

Pred Vami je besedilo, v katerem boste lahko izvedeli več o razvojnih značilnostih otroka, trmi in postavljanju meja v zgodnjem otroštvu ter kaznovanju. Zavedamo se, da vašega otroka najbolje poznate Vi sami. Prav tako ste o nekaterih stvareh že slišali ali jih dobro poznate, morda pa boste na ta način izvedeli kaj novega.

RAZVOJNE ZNAČILNOSTI OTROK

Prve povratne informacije o sebi dobi otrok v družini, šele kasneje jih dopolni in razširi z informacijami vrstnikov in drugih odraslih. Pogosto se to zgodi v vrtcu. Od narave informacij, je v veliki meri odvisna presoja posameznika o sebi. Celovit razvoj posameznika, tj. njegovih čustvenih, socialnih, telesnih in miselnih sposobnosti, je edina možnost za razvoj neodvisnega kritičnega mišljenja in lastne presoje v različnih življenjskih okoliščinah.

Prvo leto dojenčkovega življenja

Z rojstvom začne dojenček navezovati prve stike z okoljem in drugimi ljudmi (v prvi vrsti s starši/skrbniki). Pomembno je, da slednji sprejemajo dojenčkova občutja in mu jih tudi vračajo v sprejemljivi obliki, saj bo dojenček le tako sposoben tudi dalje v življenju obvladovati svoja čustva in odreagirati v sprejemljivi obliki. V primeru negativnih izkušenj lahko dojenček dobi napačna negativna prepričanja o samem sebi (da ni vreden ljubezni, ni sposoben, je slab, itd.), kar se lahko nadaljuje v kasnejša obdobja odraščanja. Ko začne razločevati predstave o sebi od predstav o drugih, se začne zavedati samega sebe, razvija pa tudi temeljni občutek zaupanja/nezaupanja do sebe in zunanjega sveta.

Drugo in tretje leto malčkovega življenja

V tem obdobju postane malček bolj gibljiv v prostoru in zato tudi bolj dejaven. Pri tem se okrepi njegov strah pred tem, da bi ostal sam. Ne zaveda se še v celoti, da kadar odraslega ni v njegovem vidnem polju, ta kljub temu še vedno obstaja. Iz tega razloga večkrat preverja, ali ga kdo spremlja. Značilno je protislovno vedenje (npr. najprej pazljivo sestavljanje in nato nenadno rušenje stvari), s čimer malček vadi možnost lastne kontrole in razvija občutek samostojnosti. Stvari, ljudi in dejavnosti zadržuje in zavrača po lastni volji. Pomembno je, da odrasli slednje nadzorujejo in omejujejo skladno s socialnimi normami, hkrati pa sprejemajo njegove poskuse pri obvladovanju okolja. Malček v tem obdobju že kaže prve znake nestrinjanja, trmo, spopada se tudi s kontroliranjem lastnega izločanja in z navajanjem na čistočo. Pri tem je pomembno, da je malček ob uspehu pohvaljen, ob neuspehu pa ni deležen pretirane graje, saj bi se mu s tem lahko okrepil občutek sramu.

Četrto in peto leto

Gre za obdobje, v katerem pridejo še posebej do izraza otrokova radovednost, tekmovalnost, telesna in nebesedna napadalnost, nenehno gibanje in osvajanje prostora, načrtovanje ciljev ter njihovo doseganje. Otrok vedno bolj spoznava, da vse njegove aktivnosti v socialnem okolju niso sprejemljive (npr. agresivno vedenje do drugih, jemanje tuje stvari brez dovoljenja itd.), in se na ta način uči družbeno sprejemljivega vedenja. Pri tem se otroku pomaga tako, da se njegovo energijo načrtno usmerja na smiselne, sprejemljive dejavnosti (npr. pomoč pri hišnih opravilih, sodelovalne igre itd.).

POSTAVLJANJE MEJA

Kaj so meje?

Odrasel posameznik se uspešno sooča z vsakodnevnimi izzivi ter ima kvalitetne medosebne odnose, če so mu starši v otroštvu ustrezno postavljali meje. Otroci se namreč najbolj varno počutijo v predvidljivem okolju, to pa dosežemo s postavljanjem meja in pravil, s pomočjo katerih otrok dobi občutek, kaj je prav in kaj narobe ter kakšno vedenje je v določenih situacijah ustrezno in kakšno ne. *Meje so torej pravila oz. smernice s strani staršev in drugih odraslih oseb v otrokovem življenju o tem, kaj se od otroka pričakuje ter kako se je potrebno vesti v različnih situacijah.* S postavljanjem meja starši otroku omogočijo, da se bo kot odrasel znal prilagajati številnim spremembam, pravilom ter omejitvam, s katerimi se bo soočil.

Kako postavljamo meje?

- Meje morajo biti razumne in primerne otrokovi starosti. Pomembno je, da otroku razložite, zakaj se nekaj sme in nečesa ne; starejši kot je otrok, več pojasnil in argumentacij bo potreboval.
- Pri postavljanju meja sodelujte z otrokom; če bo vključen v sam proces postavljanja pravil in določanja posledic, bo meje tudi lažje upošteval.
- Ne kaznujte le neželenega vedenja, nagrajujte tudi primerno vedenje.
- Prav tako sta zelo pomembni konsistentnost in odločnost. Če boste vztrajali pri posledicah, ki sledijo neželenemu vedenju, bo otrok lažje razumel, da je treba dogovorjena pravila spoštovati.
- Tudi sami se držite dogovorjenih pravil. Dejanje je več vredno kot beseda, zato bodite otroku dober zgled.

Preizkušanje meja

Otrok bo preizkušal meje, ki mu jih postavijo starši, kar je povsem normalen pojav. Odgovornost staršev pa je, da so pri tem odločni in vztrajajo pri dogovorjenih pravilih ter posledicah, ki sledijo neupoštevanju postavljenih meja.

UKREPI OB OTROKOVEM NEUSTREZNEM VEDENJU

Ko se pri otroku pojavi neko neustrezno vedenje, so lahko starši zaradi poplave informacij, kako v takšni situaciji ravnati, zmedeni, saj ne vedo, katera reakcija je najprimernejša. Pravzaprav pri vzgoji nekega recepta sploh ni! Ne moremo trditi, da je nek ukrep idealen ali pa celo da je nek tip vzgoje idealen, kajti vsaka družina deluje na svoj edinstven način, zato morajo starši razviti svoj lasten način vzgoje in ukrepanja ob otrokovem nezaželenem vedenju.

V nadaljevanju predstavljamo nekaj splošnih ukrepov, ki se jih starši lahko poslužujejo v raznih vzgojnih situacijah. Ob izbiri primerne je potrebno upoštevati otrokovo starost in njegove druge osebnostne značilnosti, pa tudi občutek lastne vrednosti ob izvajanju posameznega ukrepa. Bistveno je namreč, da si starši ob vzgajanju zaupajo in imajo občutek kompetentnosti, saj se bodo le tako lahko njihovi otroci razvili v duševno zdrave osebe.

Pri mlajših otrocih (do tretjega leta starosti) lahko uporabimo naslednje ukrepe:

- »Ne!«: otrokovo vedenje lahko ustavimo z odločno prepovedjo. Večina otrok razume besedo »ne« že pri devetih mesecih.
- **Preusmeritev pozornosti:** gre za to, da preusmerimo otrokovo pozornost z neustreznega vedenja na bolj sprejemljivo. Na primer, ko se otrok v trgovini razburi zaradi neke igrače, preusmerimo njegovo pozornost tako, da mu dovolimo, da si izbere sladkarijo.

- **Ignoriranje:** če opazimo, da se otrok vede neprimerno samo zato, da bi pridobil našo pozornost, lahko njegov izpad enostavno spregledamo oz. se zanj ne zmenimo. Ker mu ne bomo posvečali pozornosti, bo sčasoma izgubil interes za neprimerno vedenje.
- **Umiritev:** razburjenega otroka lahko pomirimo tako, da ga objamemo ali privijemo k sebi, ga pobožamo ipd. Telesni stik namreč pomirja in zmanjšuje vznemirjenost.

Pri starejših otrocih so primernejši naslednji ukrepi:

- **Pogovor o problemu:** otroka umirimo, nato pa se pogovorimo, kaj ga je privedlo do njegovega ravnanja. Pomembno je, da upoštevamo pravilo »ko ti govoriš, sem jaz tiho, ko pa govorim jaz, poslušaj ti«. Nato vsak poda svoj predlog rešitve, na koncu pa skupaj izbereta najboljšega.
- **Pojasnitev neustreznosti vedenja:** včasih se otrok ne zaveda, da ravna neustrezno. V teh primerih mu moramo povedati, zakaj njegovo vedenje ni sprejemljivo in mu to na razumljiv način tudi razložiti.
- **Time out oz. socialna izolacija:** otroka ob neustreznem vedenju odstranimo iz situacije in ga odpeljemo v nek varen prostor, na primer svojo sobo, kjer se lahko umiri. Pri tem je pomembno, da upoštevamo otrokovo starost. Velja, da je otrok v svojem kotičku za ohlajanje in premislek minuto do dve za vsako dopolnjeno starost.
- **Odvzem privilegijev:** otroka kaznujemo tako, da mu odvzamemo nek privilegij oz. stvar, ki jo ima rad, npr. igračo, dokler se ne pomiri in preneha s svojih vedenjem.
- **Odkupnina:** gre za to, da mora otrok storjeno škodo popraviti, na primer zlepiti skupaj liste v knjigi, ki jih je raztrgal, ali narediti neko drugo dobro delo, s čimer se nauči prevzemati odgovornost za svoje vedenje. Pomembno je, da otroku pokažemo, da zaupamo vanj, da bo zmožel nastalo situacijo popraviti. Upoštevati moramo tudi otrokovo starost in mu naložiti le toliko, kolikor bo zmožel.
- **Izkušnja posledice vedenja:** kadar posledice otrokovega vedenja niso nevarne, lahko njegovega vedenja sploh ne ustavljamo, ampak ga pustimo, da se razvije do spontanega konca. Na ta način se bo otrok preko lastne izkušnje naučil, kaj sledi določenemu vedenju. Če si npr. noče obleči puloverja, ga bo zeblo.

Pri ukrepanju ob otrokovem neustreznem vedenju pa se moramo zavedati tudi naslednjih temeljnih elementov vzgoje:

- Neustrezne vedenjske vzorce se odstranjuje ali zmanjšuje s pomočjo kazni (odvzem privilegijev, odkupnina). Kazen mora neposredno slediti motečemu vedenju, nanašati se mora na otrokovo vedenje in ne na njegovo osebnost, nikakor pa ne sme biti telesna.
- Primerno vedenje krepimo s pomočjo pohvale ali nagrade. Ob tem ne smemo pozabiti, da je za otroka največja nagrada, ki mu jo starši lahko podarijo, njihov prosti čas. Otroci obožujejo čas, ki ga lahko aktivno preživijo s svojimi starši.

Opisali smo nekaj ukrepov za preprečevanje otrokovega neustreznega vedenja, ko ga npr. napade trma. Pomembno je, da otroku ob tem potrpežljivo postavimo meje, nikakor pa nas čustva ne smejo preplaviti, da bi otroka telesno kaznovali.

TELESNO KAZNOVANJE OTROK

Telesno kaznovanje otrok se marsikateremu staršu zdi zastarelo in predvsem nesprejemljivo, medtem ko se drugemu zdi to najbolj učinkovit in praktičen način za postavljanje meja. Po definiciji je telesno kaznovanje kakršno koli kaznovanje, pri katerem se uporablja fizična sila in ki povzroča določeno stopnjo bolečine ali neugodja, najsi bo še tako majhna. Večina pa si pod tem pojmom predstavlja pretepanje ("dajanje po riti", "klofutanje", "šeškanje") otrok z roko ali različnimi predmeti. Vendar obstajajo tudi hujše oblike telesnega kaznovanja, ki vključujejo brcanje, stresanje ali metanje, praskanje, ščipanje, grizenje, vlečenje za lase ali ušesa, prisilno zadrževanje v neudobnih položajih, povzročanje opeklin ali prisilno požiranje.

V nadaljevanju bomo opisali problematiko telesnega kaznovanja in predstavili pozitivno starševstvo, ki trenutno predstavlja najboljšo alternativo tradicionalni vzgoji.

Obstaja veliko dobrih razlogov za odpravo telesnega kaznovanja otrok. *Telesno kaznovanje namreč:*

- krši otrokove pravice do spoštovanja njegovega dostojanstva, telesne nedotakljivosti in do enakega varstva po zakonu,
- lahko povzroči resne telesne in psihološke poškodbe,
- sporoča otrokom, da je nasilje sprejemljiva in primerna strategija za reševanje konfliktov ali za pripravljajanje drugih ljudi do tega, da naredijo, kar od njih zahtevajo,
- je neučinkovito kot sredstvo za discipliniranje, saj ne ponudi drugega, sprejemljivejšega vzorca vedenja,
- pomeni, da so nekatere oblike ali stopnje nasilja nad otroki sprejemljive.

Namesto telesnega kaznovanja se je po svetu začelo vedno bolj promovirati t.i. *pozitivno starševstvo*, po katerem morajo starši otroku zagotoviti:

- **skrb in nego:** starši se morajo odzvati na otrokovo potrebo po varnosti in ljubezni.
- **meje in vodenje:** gre za postavljanje in upoštevanje standardov primerne vedenja s tem, da pokažejo, kaj je neprimerno vedenje in z dajanjem dobrega zgleda otrokom. Otroci potrebujejo omejitve in vodenje, za svojo varnost in za razvoj lastnih vrednot.
- **upoštevanje:** otroke je treba dojemati in ceniti kot osebe in jim kot takim tudi prisluhniti. Starši se morajo zanimati za vsakodnevne izkušnje otrok, jih poslušati in poskušati razumeti njihova stališča.
- **osebni razvoj:** to pomeni spodbujati otrokov občutek sposobnosti, osebnega nadzora in zmožnosti vplivanja na vedenje in obnašanje drugih.

Kaj pri pozitivnem starševstvu potrebujejo starši?

Starševstvo ni samo vesela in prijetna izkušnja, ampak je tudi odgovorno in naporno.

- Za pozitivno starševstvo morajo starši in otroci skupaj preživeti veliko časa. To je še posebej pomembno v prvih letih po otrokovem rojstvu.
- Zelo pomembno je, da starši najdejo čas tudi zase.
- Starši potrebujejo zaposlitvene politike in storitve otroškega varstva, ki jim omogočajo usklajevanje družinskega in poklicnega življenja.
- Starši se lahko veliko naučijo z izmenjavo svojih izkušenj z drugimi starši, s prijatelji in sorodniki. Lahko uporabljajo tudi strokovne storitve, ki jim pomagajo, npr. izobraževanja za starše, terapije za pare.
- Starši potrebujejo informacije in podporo za učinkovito starševstvo, za uspešno vzpostavljanje stika z otroki ter za spodbujanje in vodenje otrok.

Pozitivni dolgoročni učinki pozitivnega starševstva:

- Otroci se bolj razumejo z drugimi.
- Otroci imajo manj vedenjskih motenj in čustvenih težav ter lažje spregovorijo o svojih bojznih in strahovih.
- Če so otroci obravnavani s spoštovanjem, je zelo verjetno, da bodo tudi oni spoštljivi do drugih.
- Pozitivno starševstvo pomaga otrokom, da bodo tudi sami nekoč pozitivni starši.
- Starši imajo boljše odnose s svojimi otroki, so bolj pozitivni in dosledni ter bolj zaupajo v svoje starševske sposobnosti.
- So tudi manj obremenjeni, manj depresivni in manj eksplozivni do svojih otrok, zato je nevarnost, da bi jih zlorabljali, manjša.
- Bolje znajo uskladiti svoje družinske in službene odgovornosti in imajo manj medsebojnih konfliktov.

V tej zloženki smo se posvetili predvsem pozitivnemu starševstvu, s katerim bi lahko presegli telesno kaznovanje otrok in se popolnoma zavedali otrokovih pravic.

ZANIMIVA LITERATURA

Za vas smo poiskali tudi nekaj zanimivih naslovov:

- Byron, T. (2010). *Moj otrok po moje: ustvarite pozitiven vzorec starševstva po meri svojega otroka*. Ljubljana: Vale-Novak.
- Juul, J. (2008). *Kompetentni otrok*. Radovljica: Didakta.
- Juul, J. (2008). *To sem jaz. Kdo si pa ti?*. Radovljica: Didakta.
- Juul, J. (2009). *Družinske vrednote*. Radovljica: Didakta.
- Juul, J. (2010). *Od poslušnosti do odgovornosti*. Radovljica: Didakta.
- Kast-Zahn, A. (2009). *Vsak otrok se lahko nauči pravil*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Milivojević, Z., Bilban, K., Kokelj, V., Kramberger, M., Steiner, T., Kožuh, B. (2008). *Mala knjiga za velike starše : priročnik za vzgojo otrok*. Novi Sad: Psihopolis institut.
- Pantley, E. (2007). *ABC odlične vzgoje : zakladnica nasvetov za starše*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Pantley, E. (2009). *Skrita sporočila: kaj z besedami in dejanji v resnici sporočamo otrokom*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Pantley, E. (2007). *Z otrokom lahko sodelujete*. Radovljica: Didakta.
- Rogge, J. (2004). *Med popustljivostjo in strogostjo : otroci potrebujejo meje*. Tržič: Učila International.
- Severe, (2000). *Ljubezen ni dovolj: preprosta načela dobre vzgoje*. Tržič: Učila.
- Shapiro, S., Skinulis, K., Skinulis, R. (2008). *SOS knjiga za starše : 50 hitrih in učinkovitih rešitev za težave, ki se najpogosteje pojavljajo pri vzgoji*. Celovec: Mohorjeva.
- Sunderland, M. (2010). *Znanost o vzgoji: praktični nasveti o spanju, joku, igri in ustvarjanju čustvenega ravnovesja za vse življenje*. Radovljica: Didakta.
- Zalokar Divjak, Z. (2008). *Otroci, mladostniki, starši*. Krško: Gora.
- Zalokar Divjak, Z. (2000). *Vzgajati z ljubeznijo*. Krško: Gora.
- Zalokar-Divjak, Z. (1996). *Vzgoja JE ... NI znanost*. Ljubljana: Educy.
- Žorž, B. (2009). *Razvjenost: rak sodobne vzgoje*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.

POVEZAVE

Na naslednjih spletnih straneh, lahko najdete še več zanimivih informacij.

- Familylab International® je mednarodna organizacija, ki družinam ponuja podporo, svetovanje in pomoč pri razvoju starševske kompetentnosti. Familylab Slovenija. <http://www.familylab.si/>
- Članek na temo postavljanja meja http://www.ringaraja.net/clanek/postavljanje-meja_3212.html
- Vzgoja in postavljanje meja. http://www.osartice.si/v2/vrtec_ringaraja/vrtec_obvestila/959-vzgoja-in-postavljanje-meja.html
- Vzgoja. http://www.mladinska.com/za_starše/svetovanje/vzgoja

Brošuro so pripravile: Sabina Bele, Urška Gradišnik, Vesna Košir, Urša Mars, Martina Mrakovčič in Darja Pavlin.

Strokovni pregled: red. prof. dr. Ljubica Marjanovič Umek

Lektoriranje: Sara Leban



**Društvo Študentov
Psihologije Slovenije**

